

# HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN MEMORI KERJA PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS JENDERAL SOEDIRMAN ANGGKATAN 2021

## ABSTRAK

**Latar belakang :** Memori kerja memiliki fungsi yang spesifik untuk menyimpan dan memanipulasi informasi yang diperlukan dalam kegiatan kognitif yang kompleks seperti penalaran, pembelajaran, dan pemahaman dalam waktu yang sementara. Sementara itu, kualitas tidur yang buruk menjadi masalah yang rentan terjadi di kalangan dewasa muda, mahasiswa kedokteran sebagai representatif dari dewasa muda yang rentan memiliki kualitas tidur yang buruk. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan kualitas tidur dengan memori kerja pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Soedirman tingkat awal. **Metode :** Desain dari penelitian ini adalah analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional* dengan data primer. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat dengan uji normalitas *shapiro-wilk* dan uji korelasi *pearson*. **Hasil :** Hasil analisis univariat didapatkan 76,7% mahasiswa memiliki kualitas tidur buruk dan 46.5% memiliki memori kerja rendah. Hasil analisis bivariat didapatkan uji korelasi *pearson* sebesar  $p = -0,001$  dengan  $r = 0,993$  yang menunjukkan variabel tidak saling berhubungan. **Kesimpulan :** Terdapat hubungan yang tidak bermakna antara kualitas tidur dengan memori kerja mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Soedirman Angkatan 2021

---

Kata kunci : *kualitas tidur, memori kerja, mahasiswa kedokteran, PSQI, reading span task*

**CORRELATION OF SLEEP QUALITY WITH WORKING MEMORY IN  
STUDENTS OF JENDERAL SOEDIRMAN UNIVERSITY FACULTY OF  
MEDICINE CLASS OF 2021**

**ABSTRACT**

**Background :** Working memory has a specific function to store and manipulate the information necessary in complex cognitive activities such as reasoning, learning, and comprehension in a temporary time. Meanwhile, poor sleep quality is a vulnerable problem among young adults, medical students as a representative of young adults who are prone to have poor sleep quality. **Purpose :** This study aims to find out whether there is a relationship between sleep quality and working memory in first year students of Jenderal Soedirman University Faculty of Medicine. **Method :** The design of this study is observational analytics with a cross-sectional approach with primary data. The analysis used is univariate and bivariate analysis with shapiro-wilk normality test and pearson correlation test. **Results:** The results of the univariate analysis obtained 76.7% of students had poor sleep quality and 46.5% had low working memory. The results of the bivariate analysis obtained a pearson correlation test of  $p = -0.001$  with  $r = 0.993$  which showed that the variables were not interconnected. **Conclusion :** There is an insignificant relationship between sleep quality and working memory of students of Jenderal Soedirman University Faculty of Medicine, Class of 2021.

---

**Keywords :** sleep quality, working memory, medical students, PSQI, reading span task